|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Ten Chi Jin Zen Kai Paris 天地人禅会 パリ**  2018 - 2019 Programme des séances de Zazen - Zazen kaï 坐禅**会**  33 rue Censier 75005 Paris T. 06 03 61 06 03  tcj-zenkai@orange.fr  [www.TenChiJin-ZenKai.fr](http://www.TenChiJin-ZenKai.fr) | | |
| **Mois** | **Lundi matin**月曜日  **- 7h à 8h30**  **- 8h30 à 10 h** | **Mercredi**水曜日  **- 19h30 à 21h** |
| **Octobre** | 8 | 10 |
| **Novembre** | 5 - 12 - 19 - 26 | 14 |
| **Décembre** | 3 - 10 - 17 | 12 |
| **Janvier** | 7 - 14 - 21 - 27 | 9 |
| **Février** | 4 - 11 - 18 | 13 |
| **Mars** | 4 - 11 - 18 - 25 | 13 |
| **Avril** | 7 - 14 | 10 |
| **Mai** | 6 - 13 - 20 - 26 | 15 |
| **Juin** | 3 - 10 - 17 - 24 | 12 |
| **Juillet** | 5 | 7 |
| Bienvenue sur les Zafu  ° Deux séances le Lundi matin et une séance un Mercredi soir par mois.  ° Quelques dates peuvent être modifiées en cour d’année.  ° Le voisinage vous remercie de respecter le silence dans tous les lieux.  ° Merci de prévenir de votre venue par SMS.  ° Arriver 15 mn avant l’heure des séances.  ° Pour les débutants, arriver 30 mn avant la séance afin de recevoir une introduction.  ° Une séance de Zazen : Zazen 30 mn, Kin hin 15 mn, Zazen 30 mn avec Kusen, Sûtra, suivi de Mondo 15 mn.  ° Prix de la séance : 5,00 € pour Hirano Rôshi.  ° Selon l’éthique du zen, Jocelyne Essan-jôun enseigne bénévolement et vous invite dans son espace Dôjô à pratiquer assidument.  ° Vous pouvez acheter les livres de TenChiJin-ZenKai soit au Dôjô ou par mail.  ° je reste à l’écoute de toutes vos observations et questions complémentaires. | | |